



By: Reza Nemati  
(Farsi Speaking  
counsellor and  
psychotherapist)



## **Invitation to participate in the Peer Support Farsi Speaking Men's Group**

**Time: Fridays from 11 a.m. to 1 p.m.**

**Location: Solace, Leeds, Manor House, 1 Manor Road, LS7 1PZ**

Travelling Fare: By providing the purchased ticket, you will be paid for the bus fare.

Contact Information:

- Email: [reza@solace-uk.org.uk](mailto:reza@solace-uk.org.uk)
- Phone: 0113 8246796 Mobile: 07485098695

### **Remarkable gentlemen asylum seekers and refugees**

Hello dear friend,

Whether you came from the green zone of the north, the scorching sun of the south, the high mountains of Kurdistan, the valley of the brave Baluchi, from Khuzestan or Khorasan or Persia or the cities of Tehran or Isfahan or the good people of the dear land of Afghanistan, you are welcome. While we may be from different ethnic groups or tribes, we have much in common, despite our differences. I understand how it is hard to be so far from your home, all those you love, your mother tongue and all your childhood belongings and memories, but I know that for whatever reason you are here today, you must have come a long way. You may feel lost and wonder where you are going. Like being alone in a boat on a river with turbulence, fearful of the boat capsizing while hoping to reach the shore at an unknown destination. I am aware however that it is not the end of the way and difficulties so our purpose by forming this group is to make a peaceful environment for you to empathise and support each other to improve our mental health and find a way to cope with our current life issues more productively in Farsi, the sweet mother tongue language in common. My dear friend, the author of these lines is one of you. A counsellor and psychotherapist with 25 years of experience in the field of mental health in Iran and Britain. It is my honour to share these valuable experiences I learnt by working with refugees and asylum seekers at Solace with you. For this purpose, we plan to prepare the meetings of the Peer Support Farsi Speaking Men group on a weekly and continuous basis. Please, if you are interested to participate in the activities of this group, ask your counsellor or caseworker to refer you to Solace, then I will contact you as soon as possible for further coordination.

Reza Nemati  
Solace Psychotherapist



توسط : رضا نعمتی  
مشاور، روانشناس و  
روان درمانگر



## قابل توجه آقایان عزیز پناهجو و پناهنده دعوت به شرکت در گروه همیاران فارسی زبان

زمان: جمعه ها از ساعت 11 تا 1 بعد از ظهر

مکان: Manor Road 1, Manor House, LS7 1PZ, Leeds, Solace

هزینه سفر: با ارائه بلیط خریداری شده ، کرایه اتوبوس به شما پرداخت می شود .

ایمیل: [reza@solace-uk.org.uk](mailto:reza@solace-uk.org.uk)

تلفن: 0113 8246796 موبایل: 07485098695

دوست عزیزم درود بر شما،

اگر از خطه سبز شمال آمده ای یا آفتاب سوزان جنوب، اگر از کوههای سرفراز کردستان آمده ای یا دشت دلبران بلوچ، اگر از خوزستان آمده ای یا خراسان، آذربایجان یا لرستان، فارس، تهران یا اصفهان، و یا از فارسی زبانان خوب سرزمین عزیز افغانستان از هر قوم و قبیله ای که هستی من و تو امروز با تمام تفاوت هایی که داریم، با یک زبان سخن می گوئیم و پیوندهای مشترک بسیاری داریم.

می توانم درک کنم که امروز، دور از شهر و دیار خویش ، دور از تمام کسانی که دوستشان داشتی و دوستت دارند، دور از تمام تعلقات و خاطرات کودکی خود و دور از زبان مادری که به شنیدن آن عادت داشتی، دوران سختی را پشت سر می گذرانی.

و آگاه هستم که تا رسیدن به این مکان امن، راه دراز و پر خطری را پیموده ای. چه بسا بارها پیش آمده که احساس یک گمشده را داشته ای و نمی دانستی که به کدام سو باید بروی یا چه سرنوشتی در انتظار تو خواهد بود!

گو اینکه سوار بر قایقی در رودخانه ای پر تلاطم در مسیری نا معلوم رها شده ای، بیم واژگون شدن قایق رهایت نمیکند، و امید به زندگی سر انجام تو را به ساحل امن رسانده است ، غافل از اینکه این پایان راه نیست و چه بسا آغاز یک مسیر پر تلاطم دیگری باشد که با پیچ و خم های آن آشنا نیستی.

هدف از تشکیل این گروه اما فراهم کردن یک محیط امن روانی برای شماست که سلامت روانی خود را ارتقا ببخشید شیوه های مقابله با مشکلات جاری زندگی را به کمک هم فرا بگیریم، با زبان مشترک و شیرین فارسی، با یکدیگر همدلی کنیم و در این غربت سرا یار و پشتیبان یکدیگر باشیم.

دوست عزیزم، نگارنده این سطور یکی از خود شماست، که امروز به عنوان یک مشاور و روانشناس با 25 سال سابقه در زمینه بهداشت روان در ایران و بریتانیا، تجارب ارزشمندی را که با خدمت به پناهجویان و پناهندگانی که به موسسه سولاس (Solace) ارجاع داده شده اند فرا گرفته است در اختیار شما قرار می دهد.

بدین منظور بنا داریم که جلسات گروه همیاران فارسی زبان را بصورت هفتگی و مستمر برگزار کنیم.

خواهشمند است در صورت تمایل به شرکت در فعالیت های این گروه از راهنما و یا مددکار خود خواهش کنید که شما را به موسسه سولاس ارجاع دهند.

چشم انتظار دیدار شما هستیم، به محض دریافت درخواست شما در اسرع وقت برای هماهنگی های بیشتر با شما تماس خواهم گرفت.

رضا نعمتی، روان درمانگر سولاس